

にいつ・東都クリニック 共同開発メニュー

食はエネルギー源やからだをつくる成分であるだけではなく、日々の楽しみ
のひとつでもあります。食事のカロリーや塩分量を意識した、おいしく楽しん
でいただけるメニューを作成しました。

どうぞ、食べる順番“まずは野菜→蛋白質→炭水化物”を実践しながら「本物
の味」を楽しんでいただけますように。

東都クリニック（ホテルニューオータニ ガーデンタワー）

日本糖尿病学会専門医 服部幸子

蕎麦 定食

金額：2,200円（税込）

月替わり



『そば(とろろ、山菜、おろし)・サラダ・お浸し・だし巻き卵』

熱量： 500 kcal（蕎麦並盛の場合）

食塩相当量： 4.2 g

- ★ 蕎麦を小盛にすると 460kcal になります。
- ★ そばつゆを半分残すと、食塩量を 2.9g に減らすことができます。
- ★ 食べる順番は、サラダ→卵焼き→蕎麦

お問合せ先：にいつホテルニューオータニ本店 03-3221-4192